

GripeNet

Ciência Cidadã e Vigilância Participativa em Saúde Pública

Verónica Gómez, Ana Paula Rodrigues, Arminda Rosa

Departamento de Epidemiologia, Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge, Lisboa



Encontro
Nacional de
Ciência Cidadã 2025



O Que É o GripeNet?



Sistema Inovador de Vigilância Participativa

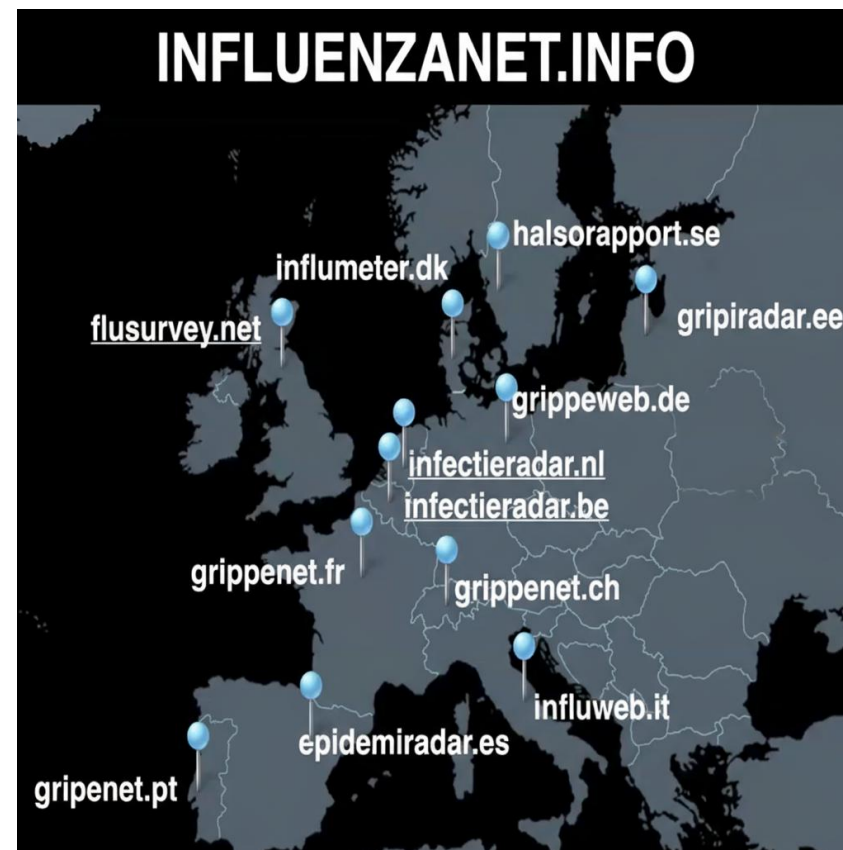
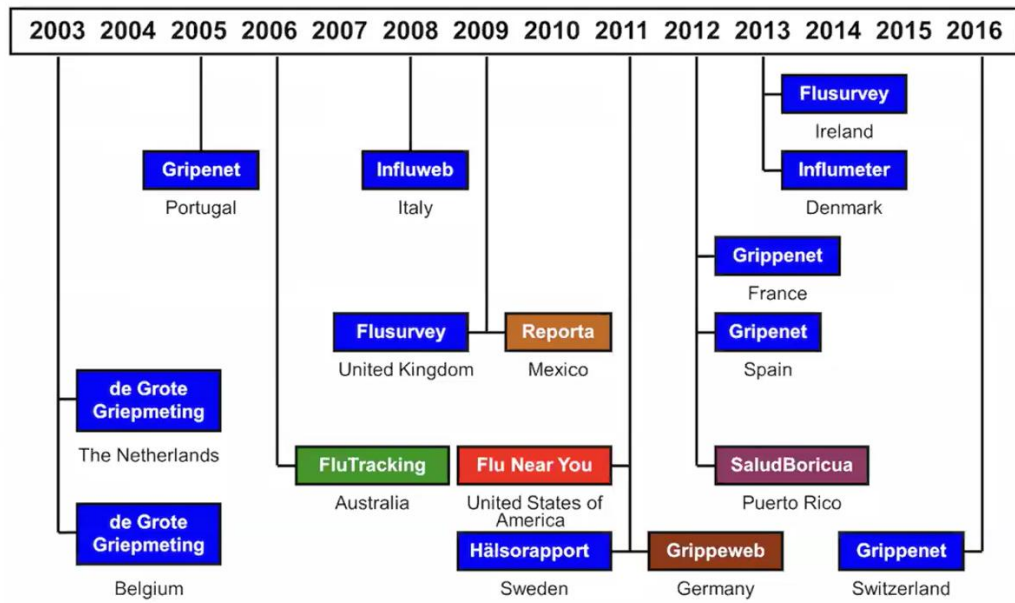
Monitoriza infeções respiratórias em Portugal, permitindo que cada cidadão colabore ativamente na vigilância e investigação científica. Complementa os sistemas tradicionais de saúde.

Vigilância Participativa em Portugal

Estabelecido em Portugal pelo Instituto Gulbenkian de Ciência em 2005, está integrado no Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge desde 2015.

Parceria Europeia

Membro da rede europeia Influenzanet, coordenada pelo ISI Foundation desde 2009, o GripeNet, integra uma colaboração ativa em mais de 11 países europeus.



Objetivos Principais do Projeto

Acompanhar a Disseminação



Monitorizar em tempo real a circulação da gripe e outras doenças respiratórias em todo o território nacional.

Complementar a Vigilância



Fortalecer os sistemas tradicionais de vigilância epidemiológica com dados provenientes diretamente da comunidade.

Envolver os Cidadãos



Promover a ciência participativa e envolver a população na proteção da saúde da sua comunidade.

Como Funciona

01

Registo simples

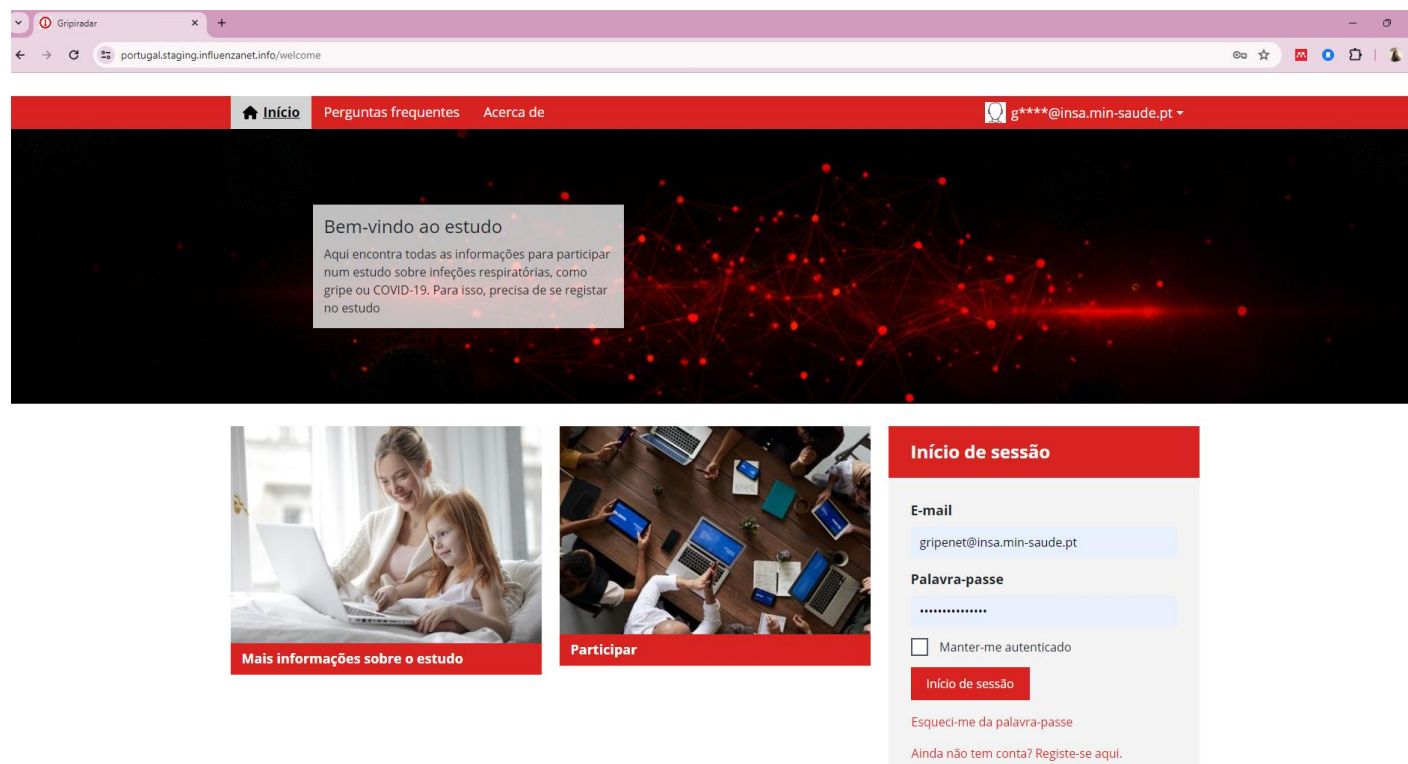
Registe-se gratuitamente na plataforma online do Gripenet. O processo é simples, rápido e totalmente confidencial.

02

Questionário Semanal

Receba um breve questionário todas as semanas sobre sintomas respiratórios como febre, tosse ou dor de garganta.

**Lançamento em
Dezembro!**



Como Funciona

		Semana #1	Semana #2	...	Semana #n
Registo <ul style="list-style-type: none">• endereço de e-mail• Login• palavra-passe		Questionário inicial <ul style="list-style-type: none">• socio-demografia• estado e hábitos de saúde• estado vacinal		Atualização do Questionário inicial	
		Questionários semanal de sintomas <ul style="list-style-type: none">• Presença/ausência sintomas• Se sintomas + detalhes	Questionário semanal de sintomas	...	Questionário semanal de sintomas

Tempo e compromisso

5-10min

Registo inicial

Tempo necessário para inscrição e primeiro questionário sobre saúde e hábitos diários

30s

Sem sintomas

Duração do questionário semanal quando não apresenta sintomas de doença

3-5min

Com sintomas

Tempo para preencher o questionário semanal se tiver ou tiver tido sintomas

Não se preocupe se não puder preencher sempre o questionário semanal - **participe com a frequência que lhe for possível**. Quanto mais vezes participar, mais úteis serão os dados, mas mesmo a participação quinzenal representa uma ajuda importante para o estudo.

Quem Pode Participar?



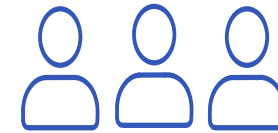
Adultos Residentes

Qualquer pessoa com **18 ou mais anos** de idade que resida em Portugal pode inscrever-se como participante voluntário.



Acesso Digital

Apenas necessita de acesso à internet e alguns minutos por semana para responder ao questionário online.

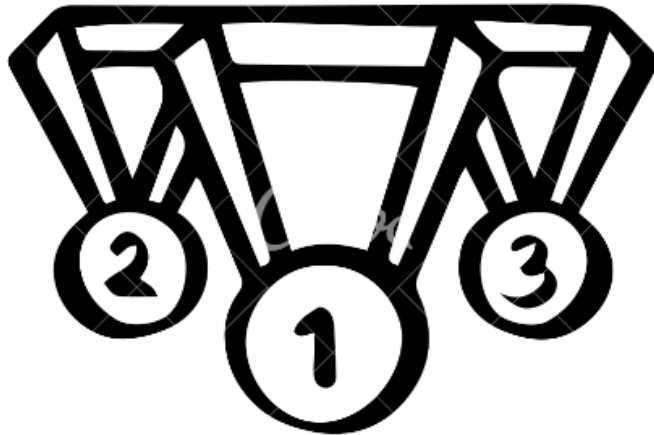


Perfis Múltiplos

Pode criar perfis para os seus filhos menores de 18 anos e preencher os questionários em nome deles através das definições do seu perfil.

Estratégias para Reforçar o Vínculo

Gamificação



- Pontuação
- Níveis ou progressão
- Medalhas ou badges.
- Desafios e missões

Reconhecimento simbólico



- Certificados
- Menções em relatórios
- Agradecimentos públicos aos participantes ativos.

Inclusão em eventos



Convites para webinars, encontros e congressos científicos como participantes valorizados.

A Figura do Embaixador

Os embaixadores são participantes ativos ou parceiros locais que promovem o GripeNet nas suas comunidades, atuando como ponte entre a equipa científica e os cidadãos.



Profissionais de saúde

Médicos, enfermeiros e farmacêuticos trazem credibilidade e acesso direto a públicos vulneráveis.



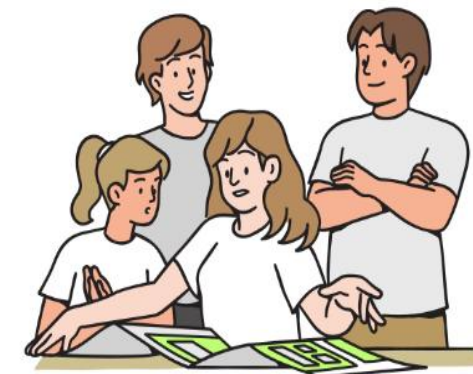
Educadores

Professores e coordenadores integram o projeto em atividades pedagógicas e de sensibilização.



Líderes comunitários

Responsáveis de lares, associações e juntas de freguesia têm proximidade com grupos-alvo.



Participantes experientes

Cidadãos já ativos no GripeNet partilham testemunhos reais e motivadores.

A Figura do Embaixador

Divulgação local

Explicar o projeto em reuniões, eventos e redes sociais das suas comunidades.

Apoio à inscrição

Ajudar idosos ou pessoas com baixa literacia digital a participar.

Recolha de feedback

Trazer sugestões da comunidade para melhorar continuamente o projeto.

Educação para a saúde

Reforçar mensagens sobre prevenção da gripe e cuidados de saúde.

Reconhecimento dos Embaixadores

Formação

Sessões online ou presenciais sobre ciência cidadã e o funcionamento do GripeNet.

Material de apoio

Folhetos, apresentações e vídeos curtos para facilitar a divulgação.

Reconhecimento

Certificados, menção em boletins e destaque nas redes sociais do projeto.

Rede colaborativa

Grupo para partilha de experiências e boas práticas entre embaixadores.



O Gripenet está quase a chegar – lançamento previsto para dezembro!

Para receber novidades sobre o lançamento do Gripenet, envie um e-mail para gripenet@insa.min-saude.pt

Siga os nossos canais oficiais para se manter atualizado:



<https://www.insa.min-saude.pt/>

<https://www.facebook.com/institutoricardojorge>

<https://www.linkedin.com/company/instituto-nacional-de-saude-doutor-ricardo-jorge/>



Obrigada pela atenção!

